











C&C

	Menü 1 deli-carte 6,50€	Menü 2 vegetarisch 6,20€ / Als Mini Mo-Fr 5,70€	Menü 3 6,50€	Menü 4 deli-carte 6,50€	Kaltmenü nur EPS 6,20€	Menü 6 6,50€ / Als Mini Mo-Fr 5,90€	Stückdessert hausgemacht 0,50€
MO 07.06.	Schweineschnitzel auf Balkangemüse (Mais, Karotte, Bohne), dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 442 kcal 106 ZIA 5, 11a, 17, 19	Pilzpfanne mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 231 kcal 55 ZIA 1, 4, 5, 10, 11a, 17, 22	Lammhacksteak in dunkler Sauce, dazu Ratatouillegemüse und Reis 100g enthalten: kJ 419 kcal 100 ZIA 2, 11a, 13, 19, 20	Schweinefrikadelle mit Gemüse in Tomatensauce, dazu zweierlei Reis  100g enthalten: kJ 495 kcal 118 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19, 20		Rindergeschnetzeltes "Stroganoff" dazu Kohlrabi natur und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 266 kcal 64 ZIA 2, 9, 11a, 20	Dessert Quark mit roter Grütze 100g enthalten: kJ 335 kcal 80 ZIA 1, 2, 17
DI 08.06.	Kokoscurry Fruchtiges Kokos-Curry mit Garnelen und gelbem Reis 100g enthalten: kJ 316 kcal 75 ZIA 2, 11a, 17, 20	Vegetarisches Schnitzel auf Karotten natur, dazu Tomatensauce und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 364 kcal 87 ZIA 2, 4, 5, 11a, 13, 16, 17, 19	Hähnchenoberkeule (ohne Knochen) in dunkler Sauce, dazu Erbsengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 451 kcal 108 ZIA 2, 11a	Grillteller Gebratene Nürnberger Rostbratwürstchen, Hähncheninnenfilet und Rindercevapici in Paprikagemüse, dazu Kartoffeln mit Speckwürfeln  100g enthalten: kJ 426 kcal 102 ZIA 2, 3, 5, 7, 11a, 13, 17, 20	Kaltmenü: Geflügelfrikadelle dazu Kartoffelsalat und Ei 100g enthalten: kJ 856 kcal 204 ZIA 11a, 11b, 13, 19, 20	"Königsberger Klopse" (vom Schwein) in Kapernsauce, dazu Kartoffelpüree und Rote Beete Salat  100g enthalten: kJ 322 kcal 77 ZIA 2, 4, 5, 9, 11a, 13, 17, 19	Dessert Vanillepudding 100g enthalten: kJ 382 kcal 91 ZIA 1, 17
MI 09.06.	Rinderfrikadelle mit feiner Pfeffersauce, Bohnengemüse und Kartoffeln 100g enthalten: kJ 360 kcal 86 ZIA 2, 11a, 13, 17	Maultaschen (vegetarisch) in Tomaten-Joghurtsauce, dazu Paprikagemüse und Vollkornreis 100g enthalten: kJ 354 kcal 84 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19	Rinderbraten in Bratensauce, dazu Brechbohnen und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 261 kcal 62 ZIA 2, 11a	Schweinebraten in herzhafter Sauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln  100g enthalten: kJ 377 kcal 90 ZIA 2, 5, 11a, 17, 20, 22	Kaltmenü: Hähnchenbrustfiletstücke dazu Nudelsalat mit Tomaten 100g enthalten: kJ 597 kcal 143 ZIA 2, 3, 11a, 13, 17, 20	Linseneintopf mit Kartoffeleinlage, Möhren, und Sellerie, dazu geräucherte Mettwurst vom Schwein  100g enthalten: kJ 464 kcal 111 ZIA 3, 5, 10, 17, 19, 22	Dessert Erdbeerjoghurt 100g enthalten: kJ 304 kcal 72 ZIA 2, 17
DO 10.06.	Schweinemedaillons Ratsherren Art dazu Speckbohnen und Kartoffeln  100g enthalten: kJ 282 kcal 67 ZIA 2, 3, 5, 7, 11a, 17	Vegetarische Hackbällchen mit Preiselbeerrahmsauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 475 kcal 113 ZIA 2, 4, 5, 11a, 16, 17, 19, 22	Putensteak in dunkler Sauce, dazu Fingermöhren und Gabelspaghetti 100g enthalten: kJ 354 kcal 85 ZIA 2, 11a	Spanische Hähnchenpfanne mit buntem Gemüse 100g enthalten: kJ 329 kcal 79 ZIA 2, 11a, 17, 19	Kaltmenü: Orientalischer Couscous dazu Falafelbällchen und Tomaten 100g enthalten: kJ 805 kcal 192 ZIA 2, 11a	Kohlroulade "Hausfrauen Art" mit Schweinehackfleischfüllung in Specksauce, dazu Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 368 kcal 88 ZIA 2, 3, 5, 7, 11a	Dessert Schokoladenmilchreis 100g enthalten: kJ 518 kcal 124 ZIA 1, 2, 17
FR 11.06.	Wildlachs in Fenchelsauce mit Lauchgemüse und Kartoffeln 100g enthalten: kJ 284 kcal 68 ZIA 11a, 14, 17	Eieromelette mit Rahmspinat, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 321 kcal 77 ZIA 2, 4, 5, 13, 17	Schlemmerfilet vom Alaska Seelachs mit Schnittlauch-Rahmsauce, dazu Salzkartoffeln und Tomatensalat 100g enthalten: kJ 361 kcal 86 ZIA 1, 4, 10, 11a, 14, 17, 19	Hähnchenkeule auf Mischgemüse und zweierlei Reis 100g enthalten: kJ 756 kcal 181 ZIA 17, 19	Kaltmenü: Hähnchenfleisch dazu Kartoffelsalat mit sauren Gurken 100g enthalten: kJ 473 kcal 113 ZIA 20	Schnittbohneentopf mit Kartoffeln, Wurzelgemüse und Schweinebockwurst  100g enthalten: kJ 305 kcal 73 ZIA 3, 5, 10, 19, 22	Dessert Quark mit Kirschen 100g enthalten: kJ 341 kcal 82 ZIA 1, 2, 17
SA 12.06.	Putengeschnetzeltes mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 263 kcal 63 ZIA 2, 11a	Frühlingsrolle mit Gemüsefüllung dazu Kartoffelpüree und Möhrengemüse 100g enthalten: kJ 422 kcal 101 ZIA 5, 11a, 13, 17	Arbeiterwohlfahrt-Ortsverein Haan-Essen auf Rädern im Kreisverband Mettmann Breidenhofer Str. 7—42781 Haan Information + Beratung Frau Willems/Frau Barz Telefon: 02129-2550—Fax: 02129-31197 Homepage: www.awo-haan.de Mail: ortsverein@awo-haan.de Wochenbestellungen bis Mittwoch der Vorwoche, Nach- und Abbestellung erfordern 3 Arbeitstage Vorlauf bis 13:30 Uhr Verbrauchsdaten und Zubereitung: siehe Verpackung			Schweinerippchen auf Wirsinggemüse, dazu Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 487 kcal 116 ZIA 5, 17, 22	Dessert Pfirsichjoghurt 100g enthalten: kJ 309 kcal 74 ZIA 2, 17
SO 13.06.	Rindersauerbraten in Rosinensauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 324 kcal 77 ZIA 2, 5, 11a, 22	Gefüllte Paprikaschote mit feinem Weizenschrot und verschiedenen Gemüsen in Gemüsebolognese, dazu Reis 100g enthalten: kJ 433 kcal 103 ZIA 2, 11a, 13, 19, 20					

Die Angaben über kcal/kJ sind Durchschnittswerte, die sich auf 100 g des Menüs beziehen. Alle Menüs sind mit jodiertem Speisesalz hergestellt. Alle Komponenten der BIO-Linie werden aus Zutaten mit BIO-Qualität gemäß EG-Öko-Verordnung gekocht. Unsere Saucen werden mit Weizenmehl und Kartoffelstärke gebunden. Aus Gründen der Produktsicherheit werden unsere Rohkartoffeln vom Hersteller mit Schwefel vorbehandelt. Reklamationen über unsere Produkte können nur am Liefertag berücksichtigt werden. Zusätzlich behalten wir uns markt- und lieferbedingte Änderungen der Menüzusammensetzung vor. ZIA= Zusatzstoffe, Informationen und Allergene.
Mit folg. zugelassenen Zusatzstoffen und Informationen: 1=Farbstoff; 2=Säuerungsmittel; 3=Konservierungsmittel; 4=Verdickungsmittel; 5=Antioxidationsmittel; 6=aus Fleischteilen zusammengefügt; 7=Nitritpökelsalz; 8= Sauce Hollandaise mit pflanzl. Fett; 9=Süßungsmittel; 10= Phosphat
Mit folg. Allergenen: 11a = Weizen; 11b = Gerste; 11c = Hafer; 11d = Dinkel; 12=Krebstiere; 13= Ei; 14=Fisch; 15=Erdnüsse; 16=Soja; 17=Milch; 18a = Mandeln; 18b = Haselnüsse; 19=Sellerie; 20=Senf; 21= Sesamsamen; 22=Schwefel; 23=Lupinen; 24=Weichtiere
Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.